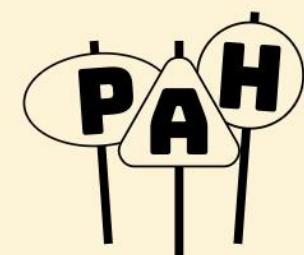




# PROGRAMA DE APOYO A HOMBRES



Para el Fomento de Relaciones Igualitarias



## Bienvenido al Programa de Apoyo a Hombres (PAH)

Este espacio está diseñado para apoyarte en tu proceso de cambio y ayudarte a construir relaciones saludables y libres de violencia.

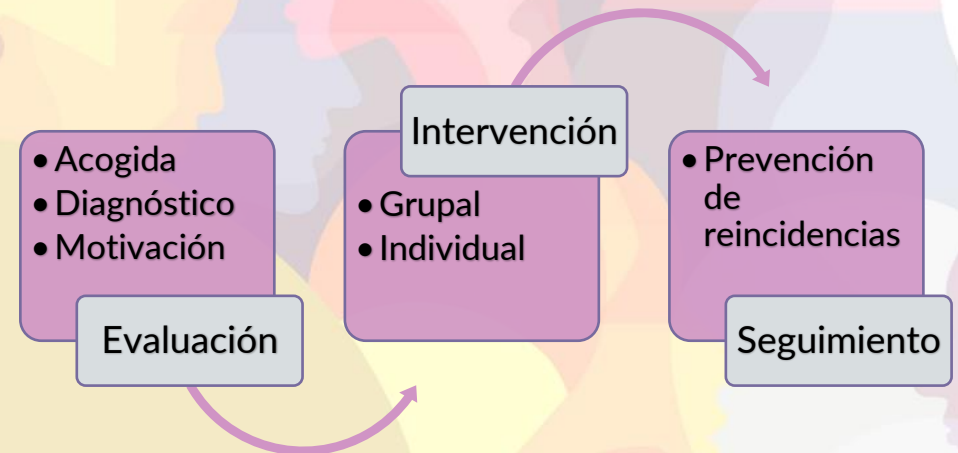
### ¿Qué ofrecemos?

1. **Sesiones individuales.** Trabaja de cerca con nuestros profesionales para explorar las causas de tu comportamiento y desarrollar estrategias de afrontamiento más positivas.
2. **Talleres grupales.** Aprenderás habilidades de comunicación, resolución de conflictos y manejo de emociones para establecer relaciones más sanas y equitativas.
3. **Desarrollo de habilidades emocionales.** Trabajaremos en la gestión de emociones como la ira, la ansiedad y la frustración de manera constructiva, para prevenir situaciones de violencia en el futuro.
4. **Apoyo psicológico continuo y dotación de recursos.** Nuestro equipo estará disponible para brindarte apoyo emocional y orientación durante todo tu proceso de cambio. Así como herramientas y recursos para la deconstrucción de roles de género rígidos, facilitando la equidad en las relaciones.
5. **Sesiones educativas.** Profundiza en el conocimiento sobre la violencia de género, sus efectos y las formas de prevenirla, tanto en tu vida como en la de los demás.

### Nuestro compromiso

- Confidencialidad absoluta.
- Trato respetuoso y libre de prejuicios.
- Apoyo integral durante todo el proceso.

### Fases del programa



Da el paso hacia una vida libre de violencia.

Contáctanos para obtener más información y comenzar tu viaje hacia la transformación personal. Juntos, podemos construir un futuro más seguro y libre para ti y para tus seres queridos.

Decídete a cambiar y comienza a construir relaciones basadas en la coeducación desde el respeto y en contextos de igualdad.

